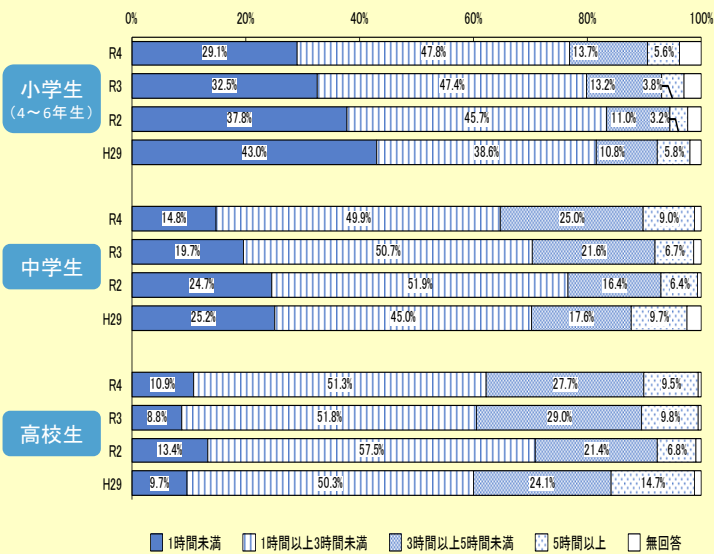


家庭と一緒にルールづくりをしましょう！

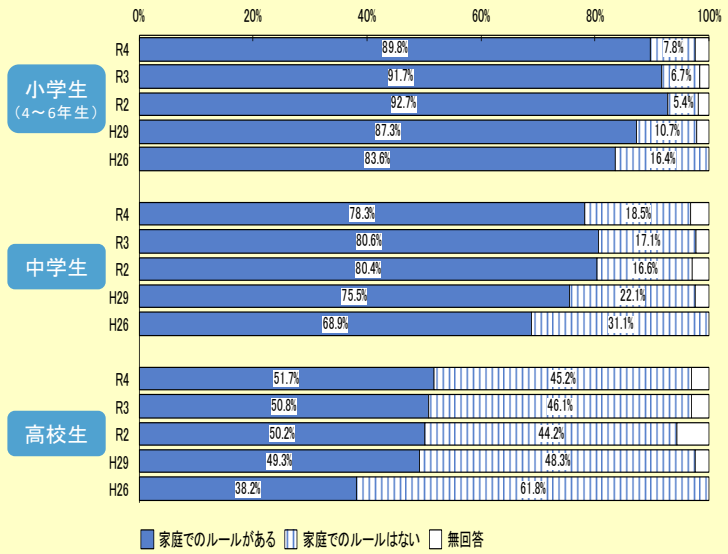
スマートフォン等が普及し、インターネットは子どもたちにとっても身近な存在になりました。その一方で、インターネットやゲームへの依存、SNS上でのトラブルといった問題も出てきています。子どもたちがインターネットやゲームを適正に利用できるよう、各家庭で話し合い、ルールづくりをお願いします。



スマホ等の平日 1日あたりの利用時間



家庭でのルールの有無



詳しくはこちらへ▶ [「令和4年度スマートフォン等の利用に関する調査報告書」](#)

家庭でのルールづくり 10のポイント

お互いが納得できるよう、ルールは保護者と子どもが一緒に作る事が大切です。

- 保護者と子どもが一緒に考える
 - 家族みんなで守ることができるルールを考える
 - 睡眠不足など過剰な使用になる弊害を防ぐために、使用時間を話し合う
 - 生活の中でネットやゲームの優先順位を2番目以下にできるように考える
 - ネットやゲーム以外で子どもと一緒に楽しめることを見つける
 - 守れなかった時のルールを決めておく
 - あんしんフィルター等の設定をする
- ルールをつくる時
- 保護者が手本になる
 - ルールを見える化して、守ることができたら褒める
 - 子どもの成長に応じて見直していく
- つくった後

【動画教材】家族で考えよう！子どもとスマホの上手なつき合い方

子どもの安全・安心なネット利用のために、ルールづくりとフィルタリングについて考える動画です（動画はYouTubeで視聴できます）

問い合わせ先 総務課
TEL:087-832-3736